بسم الله الرحمن الرحيم

صحة مجتمع

Community health

المحاضرة

(الثالثة)

٤. المياة والصرف الصحى

- الماء :- هو ضرورة حيوية للحياة بدونها لايمكن للإنسان أن يعيش إلا لبضعة أيام وتكون ثلثى وزن الجسم من الماء

- **مصادر المياة :-**

١- مياة سطحية

٢- مياة جوفية

٣- مياة مطر

٤- الينابيع

٥- مياة البحر

* معايير مياة الشرب

- لها معايير فيزياقية وكيميائية وبكتريولوجية .

- الفيزيقية :- اللون والطعم والرائحة
- الكيميائية :- درجة الملوحة والقلوية متعادلة
- البيكتريولوجية :- يركز على ادلة التلوث البرازى

* مصادر تلوث المياه

- البيولوجى :- البكتريا والفيروسات والطفيليات
- المواد الكيميائية غير العضوية :- قابلة للذوبان فى الماء مثل (الأحماض،الأملاح،الزئبق،الرصاص)
- المواد الكيميائية العضوية :- مثل (المبيدات الحشرية،الرواسب اوالمواد العالقة)
- النظائر المشعة :- يمكن ان تسبب العيوب الخلقية والسرطان والأضرار الجانبية

* خصائص المخاطر الصحية المتصلة بإمدادت المياة

- ظهور مفاجئ للحالات
- وجود عدد كبير من الحالات فى أيام قليله
- جميع الحالات لها مصدر مياه مشترك
- قد تحدث فى اى موسم
- حالات إسهال وإضطرابات الجهاز الهضمى قد تظهر قبل موجة الوباء
- تتأثر جميع الأعمار
- يتم السيطرة على الأوبئه بالسيطرة على مصادر المياه التى تسبب الوباء

٥- التخلص الأمن من النفايات

أنواع النفايات

صلبه :-

مثل الورق،البلاستيك،قمامة المنازل،حيوانات ميتة،المعادن(من الصناعة) ، القطن والضمادات(من المستشفيات)

سائلة :-

مثل مياة الصرف الصحى من المنازل،مياة المطار من الشوارع ، ونفايات الرى ، والمواد الكيميائية من المصانع

نفايات خطيرة :-

مثل المواد السامة والمسرطنة أو القابلة للإشتعال أو المشعة

مخاطر النفايات

١- تكاثر الحشرات والقوارض التى تعيش على الفضلات البشرية والقمامة

٢- إنتشار العدوى من الحشرات الطائرة التى تنشر الأمراض وتلوث الخضروات الطازجة

٣- تلوث مياة البحر من مياة الصرف الصحى يمثل خطر على الأسماك

٤- تعرض عمال النظافة للعدوى

٥- الرائحة الكريهة من الغازات الناتجة

٦- مخاطر الإشعاع من النفايات المشعة من الصناعة أو المستشفيات

كيفية التخلص من النفايات الصلبة :-

١- مقالب القمامة المفتوحة (خطر على البيئة)

٢- مقالب القمامة المنظمة (تساعد على مكافحة التلوث)

٣- الحرق

٤- إعادة التدوير

٥- إعادة الإستخدام

٦- الحد من كمية النفايات

٧- التخمر (أكوام النفايات فى الريف تتحول إلى اسمدة مفيدة)

كيفية التخلص من النفايات السائلة(الصرف الصحى):-

١- عن طريق التخفيف

صرفها بعد المعالجة الجزئية فى الأنهار والجداول ويجب اخذ الإحتياطات الجزئية لمنع تلوث الشواطئ والأسماك

٢- عن طريق المعالجة

الفصل بين المواد العالقة والجزء السائل وتدمير جميع الكائنات الحية الدقيقة ويمكن إستخدامها فى الزراعة للرى وكأسمدة

٣- عن طريق الصرف الصحى المغطى

فى معظم القرى بحيث يتم إستخدام الترنشات وغرف التفتيش ويتم إجلاؤهم بصورة دورية .

التخلص من النفايات الخطرة

- دفنها في اعماق الارض
- القائها في اعماق المحيطات (قد تسبب تلوث المحيطات)
- تحويلها الى نظائر غير ضارة او اقل ضررا(تحتاج الى تكلفه عالية)

التحكم في الحشرات و القوارض

طرق مكافحة الحشرات و القوارض

- القضاء على اماكن تواجد الحشرات و القوارض من خلال بيئة نظيفة
- رش المبيدات الحشرية بحيث تكون آمنة
- الاهتمام بالنظافة الشخصية
- التخلص من القمامة بشكل صحي
- **نظافة الاغذية**

متطلبات (معايير) المواد الغذائية السليمة:

- خالية من الكائنات الممرضة و الطفيليات .
- خالية من سموم الميكروبات.
- خالية من المعادن السامة مثل الرصاص.
- خالية من المواد الكيميائية السامه مثل المبيدات الحشرية.
- خالية من السموم الطبيعية.
- خالية من التلوث الاشعاعي.
- تحتفظ بالخصائص الطبيعية من شكل و لون ورائحة.

طرق المحافظة على نظافة الاغذية:

- المؤسسات الغذائية الصحية العامة ينبغي ان تفي بالمتطلبات الصحية و يتم ترخيصها ومعاينتها دوريا.
- المواد الغذائية و الاواني: يجب ان تكون مصنوعة من مواد آمنة وتبقى دائما نظيفة.
- تدابير لمناولي الاغذية في المطاعم.

تدابير لمناولي الاغذية في المطاعم:.

- الفحص قبل التوظيف (مثل التيفويد).
- التثقيف الصحي (النظافة الشخصية خصوصا غسل الايدي)
- الفحص الدوري و التطعيم.

و تعطى الرخصه لمدة سنتين وتجدد